Os Quatro Temperamentos

Pe. Antonio Royo Marin, O.P.
Traduzido por Andrea Patrícia

***

O Sanguíneo e o Melancólico

El Greco captura o espírito sanguíneo de S. Pedro, *esquerda*, e a natureza colérica de S. Paulo, *direita*.

Muitas pessoas tem solicitado que publiquemos um resumo conciso dos quatro temperamentos no nosso site. Não poderíamos pensar numa exposição mais sólida do que a do Pe. Antonio Royo Marin, um renomado teólogo moralista de Salamanca. De sua obra *Teologia da Perfeição Cristã*, nós transcrevemos a primeira parte de sua descrição dos temperamentos.

***

Os psicólogos têm muitas opiniões sobre a definição e classificação do temperamento. Para os nossos propósitos nós definimos o temperamento como um padrão de inclinações que procedem da constituição psicológica do indivíduo. É um fator dinâmico que leva em conta o modo como o indivíduo irá reagir aos estímulos de vários tipos.

Como é enraizado na estrutura psicológica, o temperamento é algo inato ou hereditário. É aquele elemento da personalidade que a torna única, pois a individualidade é enraizada na matéria, e o temperamento é a inclinação natural da estrutura somática. É, então, algo permanente e admite apenas uma modificação secundária. O temperamento de alguém nunca pode ser totalmente destruído sem destruir o individuo. O axioma "a graça não destrói a natureza, mas a aperfeiçoa" tem sua aplicação óbvia na área do temperamento.
A classificação do temperamento é nada mais do que uma moldura habilidosa que foi construída de acordo com as características predominantes de várias constituições psicológicas. De modo algum é exclusiva ou definitiva, nem isso significa que há temperamentos "puros".

Na realidade, pessoas individuais geralmente manifestam uma combinação de características de vários temperamentos. Sempre que há vários elementos combinados em qualquer combinação, entretanto, um ou outro irá geralmente predominar em algum determinado momento. Em se tratando de temperamento nós descobrimos que, embora as pessoas sejam frequentemente um composto de muitas características, uma ou outra característica irá especificar o temperamento.
Tendo isso em mente, nós devemos discutir os quatro temperamentos de acordo com a antiga classificação de sanguíneo, melancólico, colérico e fleumático.

1. O temperamento sanguíneo

Uma pessoa de temperamento sanguíneo reage rapidamente e com força a quase qualquer estímulo ou impressão, mas a reação é usualmente de curta duração. O estímulo ou impressão é rapidamente esquecido, e a rememoração de experiências passadas não provoca uma nova resposta facilmente.

Entre as boas qualidades do temperamento sanguíneo, nós podemos listar as seguintes:

- afabilidade e alegria;
- simpatia e generosidade com relação aos outros;

- sensibilidade e compaixão pelo sofrimento dos outros;
- docilidade e submissão aos superiores;
- sinceridade e espontaneidade.

Santa Teresa D'Ávila teve que superar a superficialidade de sua natureza sanguínea.
Pode haver às vezes uma reação violenta a uma injúria recebida, mas tudo é logo esquecido e nenhum rancor permanece. Não há obstinação ou teimosia, mas a habilidade para agir com completo auto-desprendimento. Os outros são atraídos pela bondade de coração e pelo entusiasmo contagiante do indivíduo.

Pessoas sanguíneas usualmente tem uma serena visão da vida e são otimistas. Elas não são desencorajadas por dificuldades ou obstáculos, mas esperam um resultado exitoso em todos os seus esforços. Elas são dotadas com uma grande quantidade de bom senso e uma abordagem prática para a vida; elas tendem a idealizar em vez de criticar.

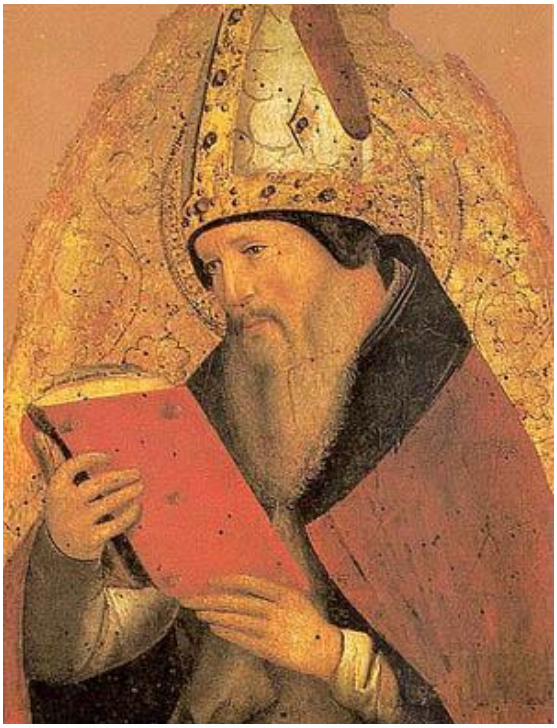
Como elas possuem uma natureza afetuosa, elas fazem amigos facilmente e algumas vezes amam seus amigos com grande ardor ou mesmo paixão. Seus intelectos são alerta e elas aprendem rapidamente, embora muitas vezes sem muita profundidade. Sua memória habita em coisas agradáveis e otimistas, e sua imaginação é ativa e criativa. Consequentemente, elas prontamente se destacam na arte, na oratória e em campos relacionados, embora elas não atinjam frequentemente a estatura dos eruditos ou dos estudiosos.

Pessoas sanguíneas poderiam ser tipos superiores de indivíduos se elas tivessem tanta profundidade quanto elas tem

entusiasmo e se elas fossem tão tenazes em seu trabalho quanto elas são produtivas em novas ideias e projetos. Os seguintes santos são exemplos de temperamento sanguíneo: S. Pedro, Santo Agostinho, Santa Teresa D'Ávila, S. Francisco Xavier e Santa Rosa de Lima.

Os defeitos do temperamento sanguíneo

Mas cada temperamento será também caracterizado por certas qualidades que são perigosas e podem se tornar predisposições para o mal. Assim, os principais defeitos do temperamento sanguíneo são superficialidade, inconstância e sensualidade.



Santo Agostinho foi um temperamento sanguíneo que lutou contra sua natureza inconstante e sensual.

O primeiro defeito – superficialidade – é devido principalmente à facilidade e rapidez com que essas pessoas concebem ideias e à atividade criativa de sua imaginação. Enquanto elas parecem compreender num instante até mesmo o mais difícil problema ou assunto, elas às vezes enxergam isso somente superficialmente ou de forma incompleta. Como resultado elas correm o risco de fazer julgamentos precipitados, de agir com razão insuficiente, e de formular conclusões falsas ou imprecisas. Elas são mais interessadas em amplitude de conhecimento do que em profundidade.

A inconstância da pessoa sanguínea é o resultado da curta duração de suas impressões e reações. Ela pode passar rapidamente da alegria para a tristeza. Ela rapidamente se arrepende de seus pecados, mas pode retornar a eles na primeira ocasião que se apresentar a ela. Sendo rapidamente movida pela impressão do momento, ela facilmente sucumbe à tentação.

Como regra ela não é atraída para a abnegação, o sacrifício ou qualquer esforço que seja de longa duração. Por essa razão ela tem grande dificuldade de observar a guarda dos sentidos externos e da imaginação e é facilmente distraída na oração. Seus períodos ocasionais de grande fervor são frequentemente seguidos de desânimo e langor.

A partir do exposto é evidente que a sensualidade encontra fácil acesso ao temperamento sanguíneo. Tais pessoas são vítimas fáceis da gula e da luxúria. Elas podem reagir fortemente e com grande pesar depois de terem caído, mas falta nelas a energia e a perseverança para lutar contra as inclinações da carne quando as paixões são provocadas novamente. O organismo inteiro é rapidamente alertado quando a ocasião para o prazer sensual é oferecida, e a forte tendência do indivíduo à sensualidade faz com que a imaginação produza tais fantasmas muito facilmente.

Promovendo o bem e reprimindo o mal

O desenvolvimento e controle de qualquer temperamento requer a promoção de suas boas qualidades e a erradicação ou supressão de seus defeitos. A pessoa sanguínea deve utilizar suas boas qualidades, como energia, afeição, vivacidade e sensibilidade, mas ela deve ter cuidado para que essas qualidades sejam direcionadas a objetos que sejam bons e saudáveis. Para ela mais do que para qualquer pessoa o conselho de Santo Agostinho tem significado especial: "Escolha sabiamente e então ame com todo seu coração".

Ao mesmo tempo, ela precisa lutar contra as inclinações malignas de seu temperamento sanguíneo. Para superar a superficialidade, ela deve adquirir o hábito de reflexão e de pensar sobre um assunto antes de agir. Isso significa que ela tem uma necessidade especial de deliberação ou julgamento como parte subjetiva da virtude da prudência.

Contra a sua inconstância ela deve fortalecer sua vontade para realizar as resoluções que foram feitas e ser fiel à prática da oração e a prática das boas obras, mesmo em períodos de aridez ou em tempos de sofrimento ou dificuldade. A ajuda secundária que é de

grande importância a esse respeito é um plano de vida, seguido conscienciosamente, e o exame diário da consciência, com penitências auto-impostas pelas faltas. Pessoas sanguíneas algumas vezes precisam de um diretor espiritual*expert* a quem elas possam obedecer sem questionar.

Por ultimo, a sensualidade deve ser combatida pela vigilância constante e uma luta implacável. Acima de tudo, a pessoa sanguínea deve fugir imediatamente da ocasião de pecado e tomar cuidado especial para observar a estrita guarda dos olhos. A guarda dos sentidos externos e a imaginação devem ser adicionalmente salvaguardadas pela prática da recordação [1] e pela prática da mortificação, por isso seria fútil tentar evitar a sensualidade se a pessoa deixa a janela dos sentidos aberta a cada distração e tentação.

2. O temperamento melancólico

Com relação às boas qualidades que servem como predisposições à virtude, pessoas de temperamento melancólico são inclinadas à reflexão, solidão, piedade e vida interior.

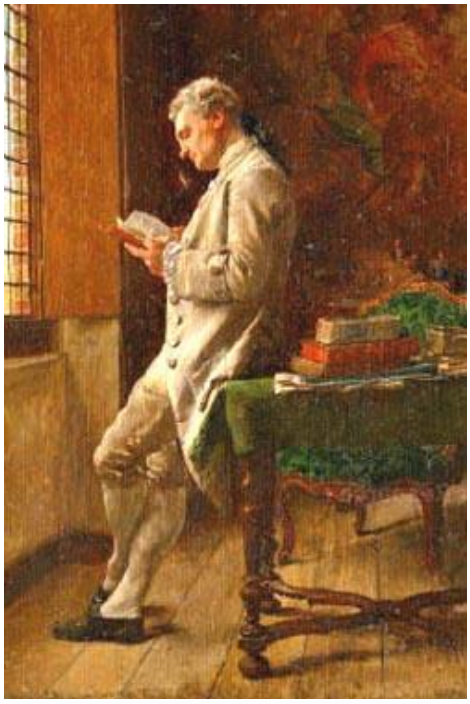
Santa Teresa de Lisieux superou a extrema sensibilidade da sua natureza melancólica

Elas são compassivas com quem sofre, atraídas aos trabalhos corporais de misericórdia, e aptas a suportar o sofrimento até o ponto do heroísmo na execução de seus deveres. Elas têm um intelecto afiado e profundo, e, devido a sua inclinação natural para a solidão e reflexão, elas geralmente consideram os assuntos completamente em silêncio e tranquilidade.

Essas pessoas podem se tornar intelectuais secas e sem envolvimento emocional, ou contemplativas que se preocupam

somente com as coisas de Deus. Elas frequentemente apreciam as belas artes mas são mais atraídas para as ciências, especialmente as ciências especulativas.

Com relação as suas capacidades afetivas, quando elas amam é difícil que elas se separem do objeto de seu amor. Elas sofrem muito se outros as tratam com frieza ou ingratidão.



O poder de sua vontade é grandemente afetado pela sua força física e sua saúde. Se suas capacidades físicas estiverem exaustas, sua vontade fica fraca e praticamente nula, mas se elas têm boa saúde e bom ânimo elas são trabalhadoras cheias de energia e de ânimo alegre.

Elas tem grande sobriedade e continência porque raramente experimentam as paixões desordenadas que podem atormentar as pessoas de temperamento sanguíneo. Nós podemos dizer em geral que esse temperamento é oposto ao temperamento sanguíneo assim como o temperamento colérico é oposto ao fleumático.

Entre os Santos que possuíam esse temperamento particular estão São João, o discípulo amado, São Bernardo, São Aluísio Gonzaga e Santa Teresa de Lisieux [Santa Teresinha].

Traços desfavoráveis

Os traços desfavoráveis do temperamento melancólico são os seguintes:

- exagerada tendência à tristeza e à melancolia;
- inclinação a aumentar as dificuldades e assim perder a confiança em si;
- excessiva reserva e timidez, com propensão à escrupulosidade;
- falta de resolução.

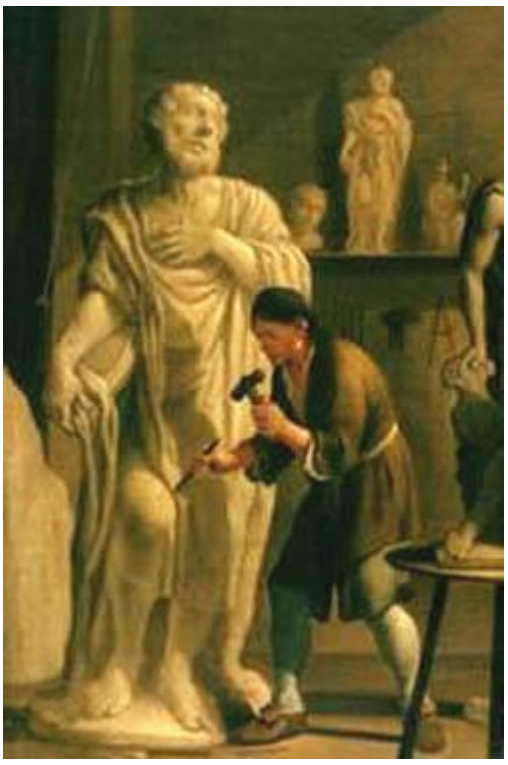
A tendência para o isolamento é algumas vezes um sintoma de melancolia

Pessoas de temperamento melancólico não demonstram seus sentimentos com as sanguíneas; elas sofrem em silêncio porque tem dificuldade de revelar a si mesmas. Elas sempre parecem ver a dificuldade e o lado pessimista das coisas. Muitos empreendimentos nunca começam por causa da sua falta de confiança e resolução.

Aqueles que estão no cargo de educar e formar o temperamento melancólico devem ter em mente sua forte tendência para se concentrar excessivamente em si mesmas; caso contrário há perigo de cometer injustiça contra elas ou de tratá-las de maneira sem tato.

É importante inculcar nessas pessoas uma forte confiança em Deus e em si mesmas, bem como uma visão de vida mais otimista. Como elas têm bons intelectos e tendem a reflexão, deve-se fazer com que elas percebam que não há razão pera elas serem tímidas ou irresolutas.

A qualquer preço o diretor precisa destruir sua indecisão e covardia e fazer com que elas tomem resoluções firmes e empreendam projetos com entusiasmo e otimismo. Algumas vezes é necessário dar a elas um regime especial de descanso e nutrição e proibi-las de passar muitas horas em oração e solidão ou fazer jejuns.



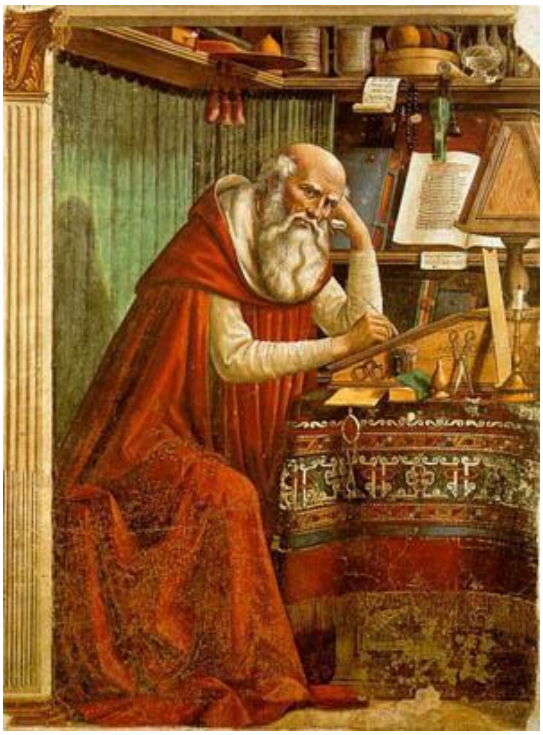
O temperamento de uma pessoa é um padrão de tendências e inclinações que fluem da estrutura psicológica ou constituição de um indivíduo. Por essa razão é amplamente o resultado de fatores hereditários.

Consequentemente, o temperamento é o material com o qual o caráter é feito, assim como a argila, o mármore ou a madeira é o material com o qual uma particular estatua é moldada. É o caráter que dá a distinção formal à personalidade.

Pessoas de temperamento colérico são facilmente e fortemente provocadas, e as impressões duram por um longo tempo. É o temperamento deles que produz grandes santos ou grandes pecadores. Enquanto todos os temperamentos podem ser usados como material de santidade, parece que o maior número de santos canonizados possui o temperamento colérico.

- Grande energia e atividade;
- Intelecto afiado;
- Vontade forte e resoluta;
- Boa capacidade de concentração;
- Constância, magnanimidade, e liberalidade.

Os santos que possuíam um temperamento colérico são numerosos, mas iremos mencionar apenas São Paulo, São Jerônimo, Santo Inácio de Loyola, São Francisco de Sales.



Se as pessoas coléricas encontrarem resistência a elas, então elas podem facilmente se tornar violentas, cruéis, arrogantes, a não ser que as virtudes cristãs moderem essas inclinações. Se derrotadas por outras, elas podem nutrir ódio em seus corações até que tenham obtido vingança. Elas facilmente se tornam ambiciosas e procuram sua própria glória.

Elas têm uma paciência maior do que os sanguíneos, mas podem carecer de delicadeza de sentimentos, são muitas vezes insensíveis aos sentimentos dos outros, e portanto carecem de tática nas relações humanas. Suas paixões, quando surgem, são tão fortes e impetuosas que elas sufocam as emoções mais ternas e o espírito de sacrifício que brota espontaneamente de corações mais compreensivos. Elas têm febre de atividade e sua ânsia de executar

suas resoluções faz com que elas desconsiderem os outros, empurrem todos os impedimentos para o lado, e aparentem ser egoístas sem coração.

Em seu trato com os outros elas demonstram algumas vezes uma frieza e uma indiferença que chega até o ponto da crueldade. Os únicos direitos que elas conhecem são a satisfação e realização de seus desejos. É evidente a partir do exposto que, se a pessoa colérica persegue o caminho do mal, não há extensão que ela não percorra, a fim de alcançar seu objetivo.

Pessoas coléricas podem ser indivíduos de grande valor se elas conseguirem controlar e guiar suas energias. Elas podem chegar às alturas da perfeição com relativa facilidade. Em suas mãos, mesmo as mais difíceis tarefas podem chegar a uma solução fácil e rápida. Portanto, quando elas se controlam e são corretamente direcionadas, elas podem perseverar em seus esforços até que tenham alcançado o topo

Elas devem ser ensinadas a manter-se sob as rédeas do autodomínio, a não agir com precipitação, e sim desconfiar de suas primeiras inclinações.

Acima de tudo, elas precisam cultivar verdadeira humildade de coração, ser compassivas com os fracos e os não instruídos, a não humilhar ou embaraçar os outros, não exercer sua superioridade, e a tratar todas as pessoas com ternura e compreensão. Em uma palavra, elas devem ser ensinadas a sair de si mesmas e manifestar um amor generoso para com os outros.

O fleumático raramente é provocado emocionalmente. E se for, é apenas fracamente. As impressões recebidas geralmente duram apenas um curto período de tempo e não deixam traços.

- Trabalha devagar, mas assíduamente;
- Não é facilmente irritada por insultos, infortúnios ou doenças;
- Geralmente se mantém tranquila, discreta e sóbria;
- Possui bastante bom senso e equilíbrio mental.

Ela não possui as paixões inflamáveis do temperamento sanguíneo, as paixões profundas do temperamento melancólico, ou as paixões ardentes do temperamento colérico.

Ela tem um bom coração, mas aparenta ser fria. Ela se sacrificaria ao ponto do heroísmo se fosse necessário, mas carece de entusiasmo e espontaneidade porque é reservada e um tanto indolente por natureza.

Ela é prudente, sensível, reflexiva e trabalha com ritmo medido. Ela alcança seus objetivos sem fanfarra ou violência porque geralmente evita dificuldades em vez de atacá-las.

Fisicamente a pessoa fleumática é de constituição robusta, devagar nos movimentos, e tem um rosto amigável. Santo Tomás de Aquino parece ter possuído as melhores qualidades do temperamento fleumático.

- Sua vagarosidade e calma faz com que essas pessoas percam muitas boas oportunidades porque elas retardam por tanto tempo em colocar as obras em funcionamento.
- Elas não são muito interessadas no que acontece à sua volta, em vez disso elas tem a tendência a viver por si mesmas e para si mesmas, quase ao ponto do egoísmo.
- Elas não são adequadas para o governo e a administração.
- Elas não são geralmente atraídas a penitências corporais e mortificações, como Santa Teresa aponta, e não há receio de que elas venham a se matar por penitência ou abnegação.
- Em casos extremos elas se tornam tão letárgicas e insensíveis que elas ficam completamente surdas ao convite ou comando que as tiraria e seu estupor.

O fleumático pode evitar os maus efeitos de seu temperamento se ele for inculcado com convicções profundas e se ele exigir de si mesmo esforços constantes e metódicos em direção a uma maior perfeição. Ele irá avançar vagarosamente, para ter certeza, mas ele vai avançar muito.

Acima de tudo, ele não deve ter permissão para ser indolente e apático, mas deve ser dirigido para algum ideal elevado. Ele, também, precisa ganhar controle sobre si mesmo, não como o colérico, que precisa restringir e moderar a si mesmo, mas para despertar e dar um bom uso aos seus poderes adormecidos.

Tendo visto uma breve descrição dos quarto temperamentos, nós repetimos que nenhum desses temperamentos existe realmente num estado "puro". O próprio leitor pode estar ciente de que um retrato completo de seu próprio temperamento não foi encontrado em nenhum dos quarto temperamentos, mas que ele possui características de vários. Isso explica, em grande medida por que existem tantas opiniões diferentes e teorias em psicologia sobre a questão dos temperamentos. No entanto, cada pessoa vai apresentar suficientes qualidades predominantes de um determinado temperamento para que ela possa ser classificada nesse tipo particular.

Se fôssemos tentar delinear o temperamento perfeito, nós iríamos selecionar as melhores qualidades de cada temperamento, tomando cuidado para que elas não sejam mutuamente exclusivas. Assim, nós tiraríamos do sanguíneo sua simpatia, coração generoso e vivacidade; do melancólico, a profundidade e delicadeza de sentimentos; do colérico, sua inesgotável energia e tenacidade; e do fleumático, seu autocontrole, prudência e perseverança.